



# Momenti di relax



Una buona lettura per conoscere, creare e divagarsi



## FIABE TOCCASANA

DI CARMEN VALENTINOTTI

RED!, € 12,00

Un libro "toccasana" tanto per mamma e papà quanto per i piccoli di casa che si trovano a vivere quotidianamente difficoltà emotive che spesso non riescono a gestire con serenità. Insicurezza, timidezza, mancanza di autostima e paure sono elementi che possono generare comportamenti inappropriati e problemi a relazionarsi con gli altri. Questo titolo, come gli altri della stessa collana, accompagna i più piccoli nel complesso e insidioso percorso di crescita. La fiaba è stata, e continua a essere, oggetto di analisi sia sociologica che pedagogica proprio per il potere benefico e terapeutico che vanta nei confronti di chi l'ascolta. Essa infatti ha la capacità di trasmettere messaggi profondi e significati

simbolici che si fanno propri grazie all'immaginazione, sfera che caratterizza da sempre le fiabe stesse. Ogni racconto di questo libro si lega alla realtà, toccando problematiche specifiche che tentano poi di "curare". Ognuna di esse è preceduta da una spiegazione dell'autrice, insegnante presso la scuola steineriana di Trento, per contestualizzare meglio la tematica all'interno della vita quotidiana del bambino (capricci, malesseri, paura della solitudine, difficoltà a interagire con i coetanei, ecc.). La favola diventa dunque un viaggio personale, un percorso di crescita che fa maturare e fa anche accettare le difficoltà come qualcosa di naturale che si può vincere con la propria forza di volontà e l'amore e l'aiuto di chi si ha accanto.

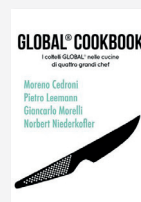


## PIANETA VEGAN

di ANTONELLA TOMASSINI

Durante la nostra quotidianità siamo spesso esposti a scelte (dall'alimentazione fino agli acquisti per abbigliamento e cura della persona) che possono nuocere ad altre creature. Questo libro si pone l'obiettivo, con episodi realmente accaduti, comuni e familiari a tante persone, di mostrare quanto sia giusto e possibile operare scelte etiche per un mondo cruelty free. Grazie alle riflessioni personali dell'autrice, alle sue esperienze di vita (vegetariana dall'età di 13 anni e vegana dall'età di 15), ai suoi consigli su link da seguire e a interviste per aprire gli occhi del lettore, si cerca di sfatare falsi miti e preconcetti che spesso ancora colpiscono le persone che decidono di operare questa scelta eticamente giusta. Ad arricchire il volume, oltre a un linguaggio semplice e facilmente fruibile anche dai più giovani, tante ricette pratiche e gustose per una vita vegan a 360 gradi.

MEDITERRANEE, € 17,50



## GLOBAL® COOKBOOK

di AA.VV.

Quattro grandi Chef (Cedroni, Leemann, Morelli e Niederkofler) mostrano la giusta modalità di usare "l'arte del coltello" e nello specifico quelli Global®, vincitori di numerosi premi internazionali. Il taglio degli alimenti, che si tratti di verdura, pesce o carne, è fondamentale ed è spesso alla base delle varie preparazioni come ben dimostrano le creazioni di ogni singolo Chef, da riproporre anche grazie all'attrezzatura giusta. Imparerete il termine "brunoise", "julienne", "sashimi", "losanghe", "tartare" per esaltare ancor di più la materia prima e allo stesso tempo ottenere un bellissimo effetto scenografico, degno delle più gustose ricette stellate. GALLI THIERRY, € 19,90